

Sommer Menu

Fenchelcremesuppe
Sommersalat mit Hühnerleber
Melone an Minzesauce

Fenchelcremesuppe

2 Fenchelknollen
1 l Gemüsebrühe
1 großer Zwiebeln
Knoblauch
Thymian, Ysop, Basilikum, Salz, Pfeffer, Dinkelgrieß
Sahne

Fenchel in Stücke schneiden und mit Zwiebeln und Knoblauch in der Gemüsebrühe weich kochen, Kräuter hinzugeben, pürieren, mit Dinkelgrieß dicken und mit Salz, Pfeffer und Sahne verfeinern.

Sommersalat mit Hühnerleber

1 großer Kopfsalat
sehr viel Ruccola
frische Petersilie, Kerbel, Koriander, Schnittlauch, Dill
gekochte Kichererbsen
gekochte Dinkelkörner

Salatsauce

$\frac{3}{4}$ Tasse kalt gepresstes Sonnenblumenöl
 $\frac{1}{4}$ Tasse Weinessig oder Zitronensaft
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
Salz, Pfeffer
1 TL Zucker
etwas Sahne

Für die Sauce alle Zutaten in einem Schraubglas verschütten. Salat und Kräuter gut waschen, trocknen und schneiden. Kichererbsen und Dinkelkörner dazutun und mit der Sauce vermischen.

Hühnerleber

3 EL Kokosfett
2 Zwiebeln, geschnitten
400 g Leber freilaufender Hühner
1 EL Dinkelmehl gemischt mit Salz und Pfeffer

Zuerst die Zwiebeln in der Pfanne dünsten und zur Seite schieben. Dann Hühnerleber in mundgerechte kleine Scheibenstücke schneiden, in Dinkelmehl gemischt mit Salz und Pfeffer wenden und von beiden Seiten rasch durchbraten. Sofort rings um den Salat richten und servieren. Variation: Kalbsleber oder Straußleber verwenden.

Melone an Minzesauce

Cavaillou-, Galia- oder andere Melonensorte
200 g Joghurt pur
2 EL Honig
1 TL Bourbonvanille
1 Tropfen Pfefferminzöl
Melisse- und Pfefferminzblätter, fein gehackt

Die Melonen schälen, entkernen und in Stücke schneiden, die Zutaten vermengen. Zum Servieren Minzesauce in eine Schüssel geben, die Melonenstücke darauf legen und mit einem Minzeblatt dekorieren.